# शीक्षावल्ली

(तैत्तिरीय उपनिषत् प्रथम प्रश्नः)

ॐ शं नो मित्र-श्शं वरुणः । शं नो भवत्वर्यमा । शं न इन्द्रो बृहस्पतिः । शं नो विष्णुरुरुक्रमः । नमो ब्रह्मणे । नमस्ते वायो । त्वमेव प्रत्यक्षं ब्रह्मासि । त्वमेव प्रत्यक्षं ब्रह्म वदिष्यामि । ऋतं वदिष्यामि । सत्यं वदिष्यामि । तन्मामवतु । तद्वक्तारमवतु । अवतु माम् । अवतु वक्तारम् । ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः ॥ १ ॥

शीक्षां व्याख्यास्यामः । वर्ण-स्स्वरः । मात्रा बलम् । साम सन्तानः । इत्युक्त-श्शीक्षाध्यायः ॥ २ ॥

सह नौ यशः । सह नौ ब्रह्मवर्चसम् । अथातस्सग्ंहिताया उपनिषदं व्याख्यास्यामः । पञ्चस्वधिकरणेषु । अधिलोकम्-अधिज्यौतिषम्-अधिविद्यम्-अधिप्रजमध्यात्मम् । ता महासग्ंहिता इत्याचक्षते । अथाधिलोकम् । पृथिवी पूर्वरूपम् । द्यौरुत्तररूपम् । आकाश-स्सन्धिः ॥ ३ ॥

वायु-स्सन्धानम् । इत्यधिलोकम् । अथाधिज्यौतिषम् । अग्निः पूर्वरूपम् । आदित्य उत्तररूपम् । आप-स्सन्धिः । वैद्युतस्सन्धानम् । इत्यधिज्यौतिषम् । अथाधिविद्यम् । आचार्यः पूर्वरूपम् ॥ ४ ॥

अन्तेवास्युत्तररूपम् । विद्या सन्धिः । प्रवचनग्ं सन्धानम् । इत्यधिविद्यम् । अथाधि प्रजम् । माता पूर्वरूपम् । पितोत्तररूपम् । प्रजा सन्धिः । प्रजननग्ं सन्धानम् । इत्यधिप्रजम् ॥ ५ ॥

अथाध्यात्मम् । अधराहनुः पूर्वरूपम् । उत्तराहनुरुत्तररूपम् । वाक्सन्धिः । जिह्वासन्धानम् । इत्यध्यात्मम् । इतीमामहासग्ंहिताः । य एवमेता महासग्ंहिता व्याख्याता वेद । सन्धीयते प्रजया पशुभिः । ब्रह्मवर्चसेनान्नाद्येन सुवर्ग्येण लोकेन ॥ ६ ॥

यश्छन्दसाम्-ऋषभो विश्वरूपः । छन्दोभ्योऽध्यमृताथ्-संबभूव । स मेन्द्रो मेधया स्पृणोतु । अमृतस्य देव-धारणो भूयासम् । शरीरं मे विचर्षणम् । जिह्वा मे मधुमत्तमा । कर्णाभ्यां भूरिविश्रुवम् । ब्रह्मणः कोशोसि मेधया पिहितः । श्रुतं मे गोपाय । आवहन्ती वितन्वाना ॥ ७ ॥

# शीक्षावल्ली

(तैत्तिरीय उपनिषत् प्रथम प्रश्नः)

कुर्वाणा चीरमात्मनः । वासाग्ंसि मम गावश्च । अन्नपाने च सर्वदा । ततो मे श्रियमावह । लोमशां पशुभि–
स्सह स्वाहा । आमायन्तु ब्रह्मचारिणस्स्वाहा । विमाऽऽयन्तु ब्रह्मचारिणस्स्वाहा । प्रमाऽऽयन्तु
ब्रह्मचारिणस्स्वाहा । दमायन्तु ब्रह्मचारिणस्स्वाहा । शमायन्तु ब्रह्मचारिणस्स्वाहा ॥ ८ ॥

यशो जनेऽसानि स्वाहा । श्रेयान् वस्यसोऽसानि स्वाहा । तं त्वा भग प्रविशानि स्वाहा । स मा भग प्रविश
स्वाहा । तस्मिन् सहस्रशाखे । निभगाऽहं त्वयि मृजे स्वाहा । यथाऽऽपः प्रवताऽऽयन्ति । यथा मासा
अहर्जरम् । एवं मां ब्रह्मचारिणः । धातरायन्तु सर्वत–स्स्वाहा । प्रतिवेशोऽऽसि प्रमा भाहि प्रमापद्यस्व ॥ ९ ॥

भूर्भुवस्सुवरिति वा एतास्तिस्रो व्याहृतयः । तासामुहस्मै तां चतुर्थीम् । माहाचमस्यः प्रवेदयते । मह इति ।
तत् ब्रह्म । स आत्मा । अङ्गान्यन्या देवताः । भूरिति वा अयं लोकः । भुव इत्यन्तरिक्षम् ।
सुवरित्यसौ लोकः ॥ १० ॥

मह इत्यादित्यः । आदित्येन वाव सर्वे लोका महीयन्ते । भूरिति वा अग्निः । भुव इति वायुः ।
सुवरित्यादित्यः । मह इति चन्द्रमाः । चन्द्रमसा वाव सर्वाणि ज्योतीग्ंषि महीयन्ते । भूरिति वा ऋचः । भुव
इति सामानि । सुवरिति यजूग्ंषि ॥ ११ ॥

मह इति ब्रह्म । ब्रह्मणा वाव सर्वे वेदा महीयन्ते । भूरिति वै प्राणः । भुव इत्यपानः । सुवरिति व्यानः । मह
इत्यन्नम् । अन्नेन वाव सर्वे प्राणा महीयन्ते । ता वा एताश्चतस्रश्चतुर्धा । चतस्रश्चतस्रो व्याहृतयः । ता यो वेद ।
स वेद ब्रह्म । सर्वेऽस्मै देवा बलिमावहन्ति ॥ १२ ॥

स य एषोऽन्तर–हृदय आकाशः । तस्मिन्नयं पुरुषो मनोमयः । अमृतो हिरण्मयः । अन्तरेण तालुके । य
एषस्तन इवावलम्बते । सेन्द्रयोनिः । यत्रासौ केशान्तो विवर्तते । व्यपोह्य शीर्षकपाले ।
भूरित्यग्नौ प्रतितिष्ठति । भुव इति वायौ ॥ १३ ॥

# शीक्षावल्ली

(तैत्तिरीय उपनिषत् प्रथम प्रश्नः)

सुवरित्यादित्ये । मह इति ब्रह्मणि । आप्नोति स्वाराज्यम् । आप्नोति मनसस्पतिम् । वाक्पतिश्चक्षुष्पतिः ।
श्रोत्रपतिर्विज्ञानपतिः । एतत्ततो भवति । आकाश–शरीरं ब्रह्म । सत्यात्म प्राणारामं मन आनन्दम् ।
शान्तिसमृद्धममृतम् । इति प्राचीनयोग्योपास्व ॥ १४ ॥

पृथिव्यन्तरिक्षं द्यौ–र्दिशोऽवान्तरदिशाः । अग्निर्वायुरादित्य श्चन्द्रमा नक्षत्राणि । आप ओषधयो वनस्पतय
आकाश आत्मा । इत्यधिभूतम् । अथाध्यात्मम् । प्राणो व्यानोऽपान उदानस्समानः । चक्षुश्श्रोत्रं मनो वाक्
त्वक् । चर्म माग्ंसग्ग् स्नावाऽस्थि मज्जा । एतदधिविधाय ऋषि–रवोचत् । पाङ्क्तं वा इदग्ं सर्वम् ।
पाङ्क्तेनैव पाङ्क्तग्ग् स्पृणोतीति ॥ १५ ॥

ओमिति ब्रह्म । ओमितीदग्ं सर्वम् । ओमित्येत–दनुकृति हस्म वा अप्यो श्रावयेत्–याश्रावयन्ति ।
ओमिति सामानि गायन्ति । ओग्ंशोमिति शस्त्राणि शग्ंसन्ति । ओमित्यध्वर्युः प्रतिगरं प्रतिगृणाति ।
ओमिति ब्रह्मा प्रसौति । ओमित्यग्निहोत्रम्–अनुजानाति । ओमिति ब्राह्मणः प्रवक्ष्यन्नाह ब्रह्मोपाप्नवानीति ।
ब्रह्मैवोपाप्नोति ॥ १६ ॥

ऋतं च स्वाध्याय प्रवचने च । सत्यं च स्वाध्याय प्रवचने च । तपश्च स्वाध्याय प्रवचने च । दमश्च स्वाध्याय
प्रवचने च । शमश्च स्वाध्याय प्रवचने च । अग्नयश्च स्वाध्यायप्रवचने च ।
अग्निहोत्रं च स्वाध्याय प्रवचने च । अतिथयश्च स्वाध्याय प्रवचने च ।
मानुषं च स्वाध्याय प्रवचने च । प्रजा च स्वाध्याय प्रवचने च ।
प्रजनश्च स्वाध्याय प्रवचने च । प्रजातिश्च स्वाध्याय प्रवचने च ।
सत्यमिति सत्यवचा राथीतरः । तप इति तपोनित्यः पौरुशिष्टिः ।
स्वाध्याय प्रवचने एवेति नाको मौद्गल्यः । तद्धि तपस्तद्धि तपः ॥ १७ ॥

# शीक्षावल्ली

(तैत्तिरीय उपनिषत् प्रथम प्रश्नः)

अहं वृक्षस्य रेरिवा । कीर्तिः पृष्ठं गिरेरिव । ऊर्ध्वपवित्रो वाजिनीव स्वमृतमस्मि । द्रविणग्ं सवर्चसम् ।
सुमेधा अमृतोक्षितः । इति त्रिशङ्कोर्-वेदानुवचनम् ॥ १८ ॥

वेदमनूच्याचार्योऽन्तेवासिनम्-अनुशास्ति । सत्यं वद । धर्मं चर । स्वाध्यायान्मा प्रमदः । आचार्याय प्रियं धनमाहृत्य प्रजातन्तुं मा व्यवच्छेत्सीः । सत्यान्न प्रमदितव्यम् । धर्मान्न प्रमदितव्यम् । कुशलान्न प्रमदितव्यम् । भूत्यै न प्रमदितव्यम् । स्वाध्याय-प्रवचनाभ्यां न प्रमदितव्यम् ॥ १९ ॥

देवपितृकार्याभ्यां न प्रमदितव्यम् । मातृदेवो भव । पितृदेवो भव । आचार्यदेवो भव । अतिथिदेवो भव ।
यान्यनवद्यानि कर्माणि । तानि सेवितव्यानि । नो इतराणि ।
यान्यस्माकग्ं सुचरितानि । तानि त्वयोपास्यानि ॥ २० ॥

नो इतराणि । ये के चास्मच्छ्रेयाग्ंसो ब्राह्मणाः । तेषां त्वयाऽऽसनेन प्रश्वसितव्यम् । श्रद्धया देयम् ।
अश्रद्धयाऽदेयम् । श्रिया देयम् । ह्रिया देयम् । भिया देयम् । संविदा देयम् । अथ यदि ते कर्म-विचिकित्सा वा वृत्त-विचिकित्सा वा स्यात् ॥ २१ ॥

ये तत्र ब्राह्मणास्सम्मर्शिनः । युक्ता आयुक्ताः । अलूक्षा धर्मकामास्स्युः । यथा ते तत्र वर्तेरन् । तथा तत्र वर्तेथाः । अथाभ्याख्यातेषु ये तत्र ब्राह्मणास्सम्मर्शिनः । युक्ता आयुक्ताः । अलूक्षा धर्म-कामास्स्युः । यथा ते तेषु वर्तेरन् । तथा तेषु वर्तेथाः । एष आदेशः । एष उपदेशः । एषा वेदोपनिषत् । एतदनुशासनम् ।
एवमुपासितव्यम् । एवमुचैतदुपास्यम् ॥ २२ ॥

शं नो मित्र-श्शं वरुणः । शं नो भवत्वर्यमा । शं न इन्द्रो बृहस्पतिः । शं नो विष्णुरुरुक्रमः । नमो ब्रह्मणे ।
नमस्ते वायो । त्वमेव प्रत्यक्षं ब्रह्मासि । त्वामेव प्रत्यक्षं ब्रह्मावादिषम् । ऋतमवादिषम् । सत्यमवादिषम् ।
तन्मामावीत् । तद्वक्तारमावीत् । आवीन्माम् । आवीद्वक्तारम् । ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः ॥